## క్లుప్తంగా

### కొత్తూరు సుబ్బరాయుడికి ప్రత్యేక పూజలు


స్వామివారికి పుష్పయాగం నిర్వహిస్తున్న దృశ్యం

**పాణ్యం:** మండల పరిధిలోని ఎస్.కొత్తూరు గ్రామంలో వెలసిన శ్రీవల్లి దేవసేన సమేత సుబ్రమణ్యేశ్వర స్వామికి ఆదివారం ఆర్యవైశ్య సంఘం ఆధ్వర్యంలో ప్రత్యేక పూజలు నిర్వహించారు. ఆదివారం స్థానిక ఆర్యవైశ్య అన్నసత్రంలో స్వామివారికి అభిషేకం, పుష్పయాగం తదితర పూజలు చేపట్టారు. ఆర్యవైశ్య సంఘం అధ్యక్షుడు నెరవాటి సత్యనారాయణ, ప్రధాన కార్యదర్శి రాజశేఖర్, కోశాధికారి వెంకట సుబ్బయ్య తదితరులు పాల్గొన్నారు.

### సుంకేసులకు నిలిచిన ఇన్‌ఫ్లో

**గూడూరు:** సుంకేసుల రిజర్వాయర్‌కు ఆదివారం ఇన్‌ఫ్లో నిలిచిపోయింది. కర్నూలు నగర ప్రజల తాగు నీటి అవసరాల నిమిత్తం కేసీ కాల్వకు 189 క్యూసెక్కుల నీటిని విడుదల చేస్తున్నారు. డ్యాంలో ప్రస్తుతం 1.194 టీఎంసీల నీరు నిల్వ ఉందని అధికారులు తెలిపారు.

### రోడ్డు ప్రమాదంలో ఇద్దరికి గాయాలు


ప్రమాదంలో దెబ్బతిన్న కారు

**పాణ్యం:** మండల పరిధిలోని సుగాలి మెట్ట వద్ద జాతీయ రహదారిపై జరిగిన రోడ్డు ప్రమాదంలో ఇద్దరికి గాయాలైనట్లు హైవే పెట్రోలింగ్ సిబ్బంది ఆదివారం తెలిపారు. వివరాల మేరకు.. కర్నూలు నుంచి ప్రొద్దుటూరుకు గోధుమ పిండి లోడుతో వెళ్తున్న మినీ కంటైనర్ వాహనం పంక్చర్ అయ్యి హైవేలో అడ్డంగా ఆగింది. దీంతో వాహనాలు నిలిచిపోయాయి. ఈ క్రమంలో టీఎస్ 08 హెచ్‌కే 6684 నంబర్ గల కారు రివర్స్ చేసుకుంటుండగా వెనుక నుంచి వేగంగా వచ్చిన మరో మినీ కంటైనర్ ఢీకొట్టింది. ప్రమాదంలో కారులో ఉన్న ఇద్దరికీ గాయాలయ్యాయి. విషయం తెలుసుకున్న హైవే పెట్రోలింగ్ సిబ్బంది రోడ్డుకు అడ్డంగా పడి ఉన్న మినీ కంటైనర్‌ను తొలగించి ట్రాఫిక్‌కు అంతరాయం కలగకుండా చర్యలు చేపట్టారు. ఆ సమయంలో ఆళ్లగడ్డ ఎమ్మెల్యే బిజేంద్రారెడ్డి హైదరాబాద్ నుంచి ఆళ్లగడ్డకు వస్తూ ట్రాఫిక్‌లో చిక్కుకున్నారు. పోలీసులకు సూచనలు ఇచ్చి త్వరగా వాహనాలను మళ్లించేలా చర్యలు చేపట్టారు. అనంతరం మరో దారి గుండా ఆయన ఆళ్లగడ్డకు వెళ్లారు.

### కొత్త బస్టాండ్‌లో శ్రమదానం


కొత్త బస్టాండ్‌లో శ్రమదానం చేస్తున్న దృశ్యం

**కర్నూలు(రాజ్‌విహార్):** కర్నూలు కొత్త బస్టాండ్‌లో వరల్డ్ మిషనరీ సొసైటీ చర్చ్ ఆఫ్ గాడ్ సంస్థ ప్రతినిధులు ఆదివారం శ్రమదానం నిర్వహించారు. కార్యక్రమానికి వైఎస్ఆర్ కాంగ్రెస్ పార్టీ 42వ వార్డు నాయకురాలు శ్వేతారెడ్డి హాజరై మాట్లాడారు. ఇలాంటి సేవా కార్యక్రమాలు నిర్వహించేందుకు స్వచ్ఛంద సంస్థలు ముందుకు రావాలని సూచించారు. కార్యక్రమంలో ఆర్టీసీ అధికారులు, సంస్థ సభ్యులు పాల్గొన్నారు.

### సేవలను సద్వినియోగం చేసుకోండి

**కర్నూలు(రాజ్‌విహార్):** రోడ్డు రవాణా సంస్థ ప్రవేశపెట్టిన కార్గో - కొరియర్ పార్సిల్స్ డోర్ డెలివరీ సేవలను ప్రయాణికులు సద్వినియోగం చేసుకోవాలని కర్నూలు-2 డిపో మేనేజరు సర్దార్ హుసేన్ ఆదివారం ఒక ప్రకటనలో కోరారు. ముఖ్యంగా వాణిజ్య సంస్థలు, మందుల దుకాణాలు, వ్యాపారస్తులు తమ పార్సిల్స్‌ను డోర్ డెలివరీ చేసి సమయాన్ని ఆదా చేసుకోవచ్చునన్నారు. కర్నూలు నగర శివారులోని 10కిలో మీటర్లలోపు దూరంలో ఉన్న అడ్రస్‌లకు సేవలు అందుబాటులో ఉన్నాయని, 10 కేజీల్లోపు బరువు ఉన్న పార్సిల్స్ బుకింగ్ చేసుకోవచ్చని సూచించారు.

### స్వీయ మార్షల్ ఆర్ట్స్‌లో రాణించాలి

**కర్నూలు (టౌన్):** తమను తాము రక్షించుకునేందుకు స్వీయ మార్షల్ ఆర్ట్స్ ఉపయోగ పడుతుందని జిల్లా ఒలింపిక్ సంఘం అధ్యక్షులు రామాంజనేయులు అన్నారు. ఆదివారం స్థానిక బుధవారపేట కిందిగేరిలోని మురికివాడలో జైభీమ్ వికాస సంఘం ఆధ్వర్యంలో మార్షల్ ఆర్ట్స్‌లో ఉచిత శిక్షణ శిబిరాన్ని ప్రారంభించారు. భారత రాజ్యాంగ నిర్మాత డాక్టర్ బీఆర్.అంబేడ్కర్ చిత్రపటానికి పూలమాలలు వేసి మాట్లాడారు. ప్రస్తుత సమాజంలో పరిస్థితులకు అనుగుణంగా ప్రతి ఒక్కరు శారీరకంగా, మానసికంగా దృఢంగా ఉండాలన్నారు. స్వీయ మార్షల్ ఆర్ట్స్‌లో శిక్షణ తీసుకుంటే తమపై తమకు నమ్మకం వస్తుందన్నారు. ధైర్యంగా సమస్యను ఎదుర్కొంటారన్నారు. కార్యక్రమంలో జైభీమ్ ప్రతినిధులు భాస్కర్, శ్రీనివాసులు స్వీయ మార్షల్‌ఆర్ట్స్ శిక్షకులు నబీ సాహెబ్, అబ్దుల్ తదితరులు పాల్గొన్నారు.

# ప్రభుత్వ పాఠశాలలకు మహర్దశ

- నాడు–నేడు రెండో విడతలో మండలంలో 54 పాఠశాలలు ఎంపిక
- అభివృద్ధి పనులకు ఇప్పటివరకు రూ.83.95 కోట్లు ఖర్చు
- వేగంగా సాగుతున్న పనులు


తడకనపల్లెలో నిర్మిస్తున్న జిల్లా పరిషత్ ఉన్నత పాఠశాల భవనం

**కల్లూరు:** వైఎస్సార్‌సీపీ ప్రభుత్వం రాష్ట్రంలో విద్య, వైద్యానికి అధిక ప్రాధాన్యత ఇస్తోంది. నాడు–నేడు కార్యక్రమం ద్వారా విరివిగా నిధులు మంజూరు చేసి అభివృద్ధి పనులు చేపట్టడంతో పాటు సౌకర్యాలు కల్పిస్తుండడంతో పాఠశాలలు, ఆస్పత్రుల రూపురేకలు మారుతున్నాయి. రాష్ట్రంలో పేద పిల్లలకు మెరుగైన విద్య అందించాలనే ఉద్దేశంతో ముఖ్యమంత్రి వైఎస్ జగన్‌మోహన్‌రెడ్డి పాఠశాలల అభివృద్ధికి పూనుకున్నారు. నాడు - నేడు పథకం ద్వారా పాఠశాలలకు ప్రహరీ, మరుగుదొడ్లు, ఎలక్ట్రికల్ పనులు, విద్యార్థులు కూర్చునేందుకు బెంచీలు, ఫ్లోరింగ్, వాటర్ ప్లాంట్ తదితర మౌలిక వసతులు కల్పిస్తూ, అవసరమైన చోట్ల అదనపు తరగతులను నిర్మించేలా చర్యలు తీసుకుంటున్నారు. గత ముఖ్యమంత్రులు ఎవరూ ప్రభుత్వ పాఠశాలల స్థితిగతులను పట్టించుకోలేదు. ప్రస్తుతం ముఖ్యమంత్రి వైఎస్ జగన్‌మోహన్‌రెడ్డి పాఠశాలల్లో నాణ్యమైన విద్యతో పాటు, బడుల రూపురేఖలు మార్చడంతో విద్యార్థుల తల్లిదండ్రులు హర్షం వ్యక్తం చేస్తున్నారు.

**ఇప్పటివరకు రూ.83.95 కోట్లు ఖర్చు**

మనబడి నాడు–నేడు పథకం ఫేజ్–2 కింద ఎంపికైన పాఠశాలల్లో జరుగుతున్న పనులకు ఇప్పటివరకు ప్రభుత్వం రూ.83,95,80,000 ఖర్చు చేసినట్లు విద్యాశాఖ అధికారులు వెల్లడించారు. మండలంలో గ్రామీణ, పట్టణ ప్రాంతాలకు చెందిన 54 పాఠశాలలో వివిధ అభివృద్ధి పనులు జరుగుతున్నాయి. జిల్లా పరిషత్ ఉన్నత పాఠశాలతో పాటు, ప్రాథమికోన్నత, ప్రాథమిక పాఠశాలలతో పాటు అంగన్‌వాడీ కేంద్రాల్లో ముమ్మరంగా పనులు జరుగుతున్నాయి. గ్రామీణ ప్రాంతాలైన ఎ.గోకులపాడు, పర్ల, తడకనపల్లె జిల్లా పరిషత్ ఉన్నత పాఠశాలకు 7.50 ఎకరాల స్థలం కేటాయించి 10 తరగతి గదుల నిర్మాణ పనులు వేగంగా చేస్తున్నారు. అలాగే ముజఫర్‌నగర్ జిల్లా పరిషత్ ఉన్నత పాఠశాలలో 16 అదనపు గదులు, పెద్దపాడు బాలికల పాఠశాలలో 6 అదనపు గదులు, బీసీ కాలనీ పాఠశాలలో నాలుగు అదనపు తరగతి గదుల నిర్మాణ పనులు వేగంగా జరుగుతున్నాయి. వీటితో పాటు కాంపౌండ్ వాల్, ఇతర మౌలిక వసతులు కల్పిస్తూ అవసరమైన చోట్ల విద్యార్థుల సంఖ్యకు అనుగుణంగా అదనపు తరగతి గదులు నిర్మిస్తున్నారు.

**పాఠశాలలు తెరచేనాటికి పూర్తి చేస్తాం**

మండలవ్యాప్తంగా గ్రామీణ, పట్టణ పరిధిలో 54 పాఠశాలల్లో మనబడి నాడు–నేడు ఫేజ్–2 కింద ఎంపికయ్యాయి. అందుల్లో ఆరు అంగన్‌వాడీ CW కేంద్రాలు ఉన్నాయి. పాఠశాలలో మౌలిక వసతులతో పాటు అవసరమైన చోట్ల అదనపు తరగతులు నిర్మిస్తున్నాం. ఇప్పటివరకు రూ. 83.95కోట్ల పనులు జరిగాయి. వేసవి సెలవులు ముగిసేలోపు ఆయా పాఠశాలల్లో నిర్మాణ పనులు పూర్తిచేస్తాం. పనులు జరుగుతున్న పాఠశాలల ప్రధానోపాధ్యాయులు తప్పనిసరిగా హాజరయ్యేలా చూస్తూ, పనుల్లో నాణ్యత ప్రమాణాలు పాటిస్తున్నాం.

– ఎం.శ్రీనివాసులు, ఎంఈఓ, కల్లూరు.

**శరవేగంగా పనులు**

మండలంలో మనబడి నాడు–నేడు కింద ఎంపికైన పాఠశాలలో మౌలిక వసతులు కల్పన పనులు, అభివృద్ధి పనులు చురుగ్గా సాగుతున్నాయి. ఈ పనులన్నీ ఆయా పాఠశాలల ప్రధానోపాధ్యాయులు, పీఎంసీ (తల్లిదండ్రుల కమిటీ) చైర్మన్, సభ్యుల ఆధ్వర్యంలో జరుగుతున్నాయి. వేసవి సెలవులు ముగిసి బడులు ప్రారంభించే నాటికల్లా పూర్తి చేయాలనే లక్ష్యంతో శరవేగంగా పనులు చేస్తున్నారు.

### నేటి నుంచి ముడుమాలలో గడప గడపకు మన ప్రభుత్వం

**సి.బెళగల్:** మండలంలోని ముడుమాల గ్రామ సచివాలయం పరిధిలో సోమవారం నుంచి గడప గడపకు మన ప్రభుత్వం కార్యక్రమం నిర్వహించనున్నట్లు ఎంపీడీఓ రాముడు ఆదివారం ప్రకటనలో పేర్కొన్నారు. ఉదయం 7:30 గంటల నుంచి ప్రారంభమయ్యే కార్యక్రమానికి ఎమ్మెల్యే డాక్టర్ సుధాకర్ ముఖ్య అతిథిగా హాజరైన గ్రామంలో ఇంటింటికీ తిరుగుతూ, ప్రజల సమస్యలను తెలుసుకోవడంతో పాటు రాష్ట్ర ప్రభుత్వం నుంచి ఆయా కుటుంబాలకు అందిన సేవలు, సంక్షేమ పథకాలను తెలియజేయడం జరుగుతుందన్నారు. మండల స్థాయి అధికారులు, గ్రామ సచివాలయాల ఉద్యోగులు, వలంటీర్లు తప్పకుండ అందుబాటులో ఉండాలని ఈఓఆర్డీ సూచించారు.

### పతకాలు సాధిస్తే... నగదు నజరానా

**కర్నూలు (టౌన్) :** ఈనెల 16 నుంచి 19 వరకు పశ్చిమ గోదావరి జిల్లా పాలకోల్లులో జరిగే 6 వ రాష్ట్ర స్థాయి యూత్ బాస్కెట్‌బాల్ పోటీల్లో జిల్లా క్రీడాకారులు పతకాలు సాధిస్తే... నగదు నజరానా అందిస్తానని న్యాయవాది శ్రీధర్‌రెడ్డి అన్నారు. ఆదివారం స్థానిక స్పోర్ట్స్ అథారిటీ ఔట్‌డోర్ స్టేడియంలో జిల్లా బాస్కెట్‌బాల్ అసోసియేషన్ ఆధ్వర్యంలో క్రీడాకారులకు క్రీడా దుస్తులు పంపిణీ చేశారు. ఈ సందర్భంగా ఆయన మాట్లాడుతూ గత ఏడాది జరిగిన రాష్ట్ర స్థాయి పోటీల్లో కర్నూలు జట్టు పతకాలు సాధించిందని గుర్తు చేశారు. కార్యక్రమంలో జిల్లా బాస్కెట్‌బాల్ సంఘం కార్యదర్శి దాదాబాష, జిల్లా సంఘం సంయుక్త కార్యదర్శి మురళీక్రిష్ణ, శ్రీనివాసగౌడ్, ప్రతాప్, సురేంద్ర, షాషావలీ, గీత పాల్గొన్నారు.

# నేడు కోడుమూరులో స్పందన

**కోడుమూరు రూరల్:** ప్రజా సమస్యల పరిష్కారంలో భాగంగా కోడుమూరులోని తహసీల్దార్ కార్యాలయంలో సోమవారం స్పందన కార్యక్రమాన్ని నిర్వహిస్తున్నట్లు తహసీల్దార్ శేషఫణి ఆదివారం తెలిపారు. స్పందన కార్యక్రమంలో మండలంలోని అన్ని శాఖల అధికారులు పాల్గొంటారని, ప్రజలు ఏవైనా సమస్యలుంటే అర్జీల రూపంలో స్పందనలో సమర్పిస్తే వాటి పరిష్కారానికి చర్యలు తీసుకుంటామని తహసీల్దార్ పేర్కొన్నారు.

**స్పందనకు హాజరుకాకపోతే చర్యలు**

**సి.బెళగల్:** స్థానిక తహసీల్దార్ కార్యాలయంలో సోమవారం నిర్వహించే ప్రజా సమస్యల పరిష్కార వేదిక స్పందన కార్యక్రమానికి మండల అధికారులందరూ తప్పనిసరిగా హాజరవ్వాలని తహసీల్దార్ శివశంకర్‌నాయక్ అన్నారు. ఆదివారం ఆయన ఓ ప్రకటనలో తెలియజేస్తూ.. స్పందనకు గైర్హాజరయ్యే అధికారులపై నివేదికలను కలెక్టర్ కార్యాలయానికి పంపడంతో పాటు చర్యలు తీసుకునేలా ఉన్నతాధికారులకు సిఫార్సు చేస్తామన్నారు. మండల కేంద్రంలో నిర్వహించే స్పందన కార్యక్రమాన్ని ప్రజలు సద్వినియోగం చేసుకోవాలని తహసీల్దార్ కోరారు.

**సద్వినియోగం చేసుకోండి**

**గడివేముల:** ప్రతి సోమవారం తహసీల్దార్ కార్యాలయంలో జరిగే స్పందన కార్యక్రమాన్ని మండల ప్రజలు సద్వినియోగం చేసుకోవాలని తహసీల్దార్ శ్రీనివాసులు ఆదివారం తెలిపారు. మండలంలోని అన్ని గ్రామాలకు చెందిన ప్రజలు వారి సమస్యలపై అర్జీలను సమర్పించవచ్చన్నారు. అర్జీలను ఆయా శాఖల అధికారులకు అందజేసి పరిష్కారానికి కృషి చేస్తామన్నారు. స్పందన కార్యక్రమానికి మండలస్థాయి అధికారులు తప్పనిసరిగా హాజరుకావాలన్నారు.

**సమస్యలకు సత్వర పరిష్కారం**

**కర్నూలు (న్యూటౌన్):** 'స్పందన'లో ప్రజల నుంచి వచ్చిన సమస్యల పరిష్కారానికి కృషి చేస్తామని కర్నూలు రూరల్ తహసీల్దార్ ఆర్ శివరాముడు ఆదివారం ఒక ప్రకటనలో పేర్కొన్నారు. సోమవారం కర్నూలు రూరల్ తహసీల్దార్ కార్యాలయంలో ఉదయం 10.30 గంటల నుంచి మధ్యాహ్నం 2 గంటల వరకు ×స్పందన₹ కార్యక్రమం నిర్వహించనున్నట్లు ఆయన పేర్కొన్నారు. ఆయా గ్రామాల్లో నెలకొన్న సమస్యల పరిష్కారానికి ×స్పందన₹ వేదిక అని, గ్రామీణ ప్రాంత ప్రజలందరూ సద్వినియోగం చేసుకోవాలని కోరారు.

# ఘనంగా విగ్రహ ప్రతిష్ఠోత్సవాలు

**కోడుమూరు రూరల్:** మండలంలోని కొత్తపల్లె గ్రామంలో నూతనంగా నిర్మించిన ఆలయంలో ఆదివారం ఆంజనేయ స్వామి, గణపతి, నవగ్రహ, గంగమ్మ, నాభి లింగ, శిఖర, ధ్వజస్తంభ ప్రతిష్ఠోత్సవ కార్యక్రమాలను గ్రామస్తులు ఘనంగా నిర్వహించారు. ఉత్సవాల్లో భాగంగా ఉదయం ప్రతిష్ఠహోమం, యంత్ర విగ్రహ ప్రతిష్ఠ, ప్రాణ ప్రతిష్ఠ, ధ్వజస్తంభ ప్రతిష్ఠ కార్యక్రమాలను, సీతారాముల కల్యాణ మహోత్సవాన్ని వేద పండితులు కనులపండువగా నిర్వహించారు.

**పాల్గొన్న ఎమ్మెల్యే, కుడా చైర్మన్**

విగ్రహ ప్రతిష్ఠోత్సవాల సందర్భంగా కోడుమూరు ఎమ్మెల్యే డాక్టర్ సుధాకర్ కొత్తపల్లె గ్రామానికి చేరుకుని ఆలయంలో స్వామివారికి ప్రత్యేక పూజలు నిర్వహించారు. ఎమ్మెల్యేకు గ్రామ సర్పంచ్ బాలకృష్ణ, ఉప సర్పంచు చిన్న మద్దిలేటి స్థానిక నాయకులు మద్దిలేటి, రామచంద్ర, రామాంజనేయులు, గ్రామస్తులు ఘనంగా స్వాగతం పలికారు. అంతకుముందు కుడా చైర్మన్, వైఎస్సార్‌సీపీ నియోజకవర్గ సమన్వయకర్త కోట్ల హర్షవర్ధన్‌రెడ్డి కొత్తపల్లె చేరుకుని స్వామివారికి ప్రత్యేక పూజలు నిర్వహించగా, వైఎస్సార్‌సీపీ నాయకులు సుధాకర్ రెడ్డి, రామాంజనేయ రెడ్డి, బాలకృష్ణ, పుల్లారెడ్డి, కేశవులు, చిన్న బావన్న తదితరులు ఘనంగా స్వాగతం పలికారు.


కొత్తపల్లెలో ఆంజనేయస్వామిని మొక్కుకుంటున్న ఎమ్మెల్యే డాక్టర్ సుధాకర్


ధ్వజస్తంభాన్ని ప్రతిష్ఠిస్తున్న గ్రామస్తులు

# వైభవంగా గిడ్డాంజనేయ స్వామి రథోత్సవం


గిడ్డాంజనేయ స్వామికి పూజలు నిర్వహిస్తున్న కుడా చైర్మన్ కోట్ల హర్షవర్ధన్‌రెడ్డి


వెంకటగిరిలో రథోత్సవం నిర్వహిస్తున్న దృశ్యం

**కోడుమూరు రూరల్:** మండలంలోని వెంకటగిరిలో వెలసిన శ్రీగిడ్డాంజనేయస్వామి రథోత్సవ కార్యక్రమాన్ని గ్రామస్తులు ఆదివారం సాయంత్రం అంగరంగ వైభవంగా నిర్వహించారు. అంతకుముందు గిడ్డాంజనేయ స్వామికి వేద పండితులు ప్రత్యేక పూజలు నిర్వహించి ఉత్సవ విగ్రహాన్ని, కలశాన్ని ఊరేగింపుగా తీసుకెళ్లి రథంపై ఆశీనులను చేసి రథోత్సవాన్ని ప్రారంభించారు. గిడ్డాంజనేయస్వామికి జై అంటూ ప్రజలు పెద్ద ఎత్తున స్వామి నామస్మరణ చేశారు. భక్తులు పెద్ద సంఖ్యలో పాల్గొన్నారు. కుడా చైర్మన్ కోట్ల హర్షవర్ధన్‌రెడ్డి, సీనియర్ రాజకీయనాయకులు కోట్ల హరిచక్రపాణిరెడ్డి కుటుంబ సభ్యులతో కలిసి ఆదివారం ఉదయం వెంకటగిరి చేరుకుని స్వామి వారికి ప్రత్యేక పూజలు నిర్వహించారు.

# చల్లని పండు.. పోషకాలు మెండు

- వేసవి తాపం తీరుస్తున్న పుచ్చకాయలు
- పోషకాలతో ఆరోగ్యం
- కొనుగోలుకు ఆసక్తి చూపుతున్న జనం


వేసవితాపం తీర్చే పుచ్చకాయలు

**కర్నూలు (న్యూటౌన్):** పుచ్చకాయ ఆరోగ్యానికి చాలా మంచిది. శరీరంలో వేడిని తగ్గించడంతో పాటు ఎంతో మేలు చేస్తుంది. వేసవి తాపం, దాహాన్ని తీర్చేందుకు అద్భుతమైన ఫలం పుచ్చకాయ. వేసవిలో మన శరీరంలో నీటి స్థాయి తగ్గిపోతుంటుంది. తద్వారా డీహైడ్రేషన్, వడదెబ్బకు గురై కళ్లు తిరిగి కిందపడిపోతుంటారు. ఈ పరిస్థితి ఒక్కోసారి ప్రాణాలకే ప్రమాదం. అందుకే మన శరీరంలో వాటర్ లెవల్స్, షుగర్ లెవల్స్ తగ్గిపోకుండా ఉండేందుకు పుచ్చకాయ ముక్కలు తినడం బెస్ట్ ఆప్షన్ అని వైద్యులు చెబుతున్నారు. పుచ్చకాయలో ఉండే విటమిన్లు, పోషకాలు, వ్యాధి నిరోధక శక్తిని పెంచే యాంటీ యాక్సిడెంట్లు, బి విటమిన్, క్యాల్షియం, సోడియం, మెగ్నీషియం, పొటాషియం, క్లోరిన్, బీటాకెరోటిన్లు, ఆల్కలైన్, విటమిన్–ఎ, విటమిన్ బీ–6, విటమిన్ –సి, సుక్రోజ్, ఫ్రక్టోజ్, గ్లూకోజ్, ఎలక్ట్రోలైట్లు, ఎండాకాలంలో మన శరీరానికి కావాల్సిన పోషకాలను అందిస్తాయంటున్నారు.

రోజురోజుకూ పెరుగుతున్న ఉష్ణోగ్రతల నుంచి శరీరానికి ఉపశమనం కల్పించి, ఆరోగ్యం అందిపుచ్చుకునేందుకు చాలామంది పుచ్చకాయలను కొనుగోలు చేస్తున్నారు. చిన్నారుల దగ్గర నుంచి వృద్ధుల వరకు వీటిని ఎంతో ఇష్టంగా తింటున్నారు. దీంతో పుచ్చకాయల అమ్మకాలు జోరందుకున్నాయి. ఎక్కడికక్కడ వెలసిన స్టాల్స్, దుకాణాల్లో విక్రయాలు జోరుగా జరుగుతున్నాయి. మధురఫలం, షుగర్‌బేబీ, ఆర్కిమెన్ వంటి రకాలకు మంచి గిరాకీ ఉందని వ్యాపారులు చెబుతున్నారు. మార్కెట్‌లో కిలో పుచ్చకాయ రూ.20 నుంచి రూ.30 వరకు పలుకుతుండగా, కప్పు పుచ్చకాయ ముక్కల ధర రూ.20 ఉంది. 100 గ్రాముల పుచ్చకాయలో 91.45 గ్రాముల నీరు, 6 శాతం చక్కెర, 90 కేలరీల శక్తి, 7.6 గ్రాముల పిండి పదార్థాలు, 0.6 శాతం మాంసపుకృత్తులు ఉంటాయి. వీటితో పాటు 12 గ్రాముల పొటాషియం, 7 గ్రాముల కాల్షియం, ఓ మల్లీగ్రాము సోడియం ఉంటాయి.

**పుచ్చకాయ వల్ల ప్రయోజనాలు**

- వ్యాధి నిరోధక శక్తి పెరుగుతుంది.
- మలబద్ధకం రాకుండా చేస్తుంది.
- వృద్ధాప్యంలో అంధత్వం నివారిస్తుంది.
- రక్త ప్రసరణ సక్రమంగా అవుతుంది.
- వేసవితాపం నుంచి ఉపశమనం కలిగిస్తుంది.
- తక్షణ శక్తినిస్తుంది.

**ఆరోగ్యానికి మంచిది**

పుచ్చకాయ శరీరానికి ఆరోగ్యం కలిగిస్తుంది. వయసుతో సంబంధం లేకుండా అందరూ దీన్ని తినొచ్చు. పుచ్చకాయ తినడం ద్వారా వేసవి తాపం నుంచి రక్షణ కలుగుతుంది. వీలు దొరికినప్పుడల్లా పండ్ల రూపంలో గానీ, జ్యూస్ రూపంలో గాని తీసుకోవచ్చు.

– డాక్టర్ మీనిగ శ్రీనివాసులు, వైద్యాధికారి, కర్నూలు

# భక్తిశ్రద్ధలతో హనుమాన్ జయంతి


కాల్వ కోనేటి ఆంజనేయ స్వామికి అభిషేకం నిర్వహిస్తున్న భక్తులు


హనుమాన్ జయంతి వేడుకల్లో పాల్గొన్న భక్తులు


తమ్మరాజుపల్లెలో ఆంజనేయ స్వామికి వడ మాల అలంకరణ


పాణ్యంలో పూజలందుకుంటున్న ఆంజనేయ స్వామి

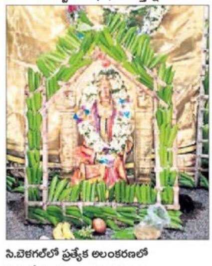

సి.బెళగల్ కోదండరాముల వారి ఆలయంలో ఆంజనేయ స్వామికి అభిషేకం చేస్తున్న పండితులు

**ఓర్వకల్లు:** హనుమత్ జయంతి సందర్భంగా ఆదివారం మండలంలోని బొడ్డువానిపల్లె, కొమ్ముచెరువు, కాల్వ కోనేటి ఆంజనేయ స్వామితో పాటు ఓర్వకల్లు, శకునాల, బ్రాహ్మణపల్లె, లొద్దిపల్లె, హుసేనాపురం తదితర గ్రామాలలో వెలసిన ఆంజనేయ స్వామిని భక్తులు దర్శించుకొని విశేష పూజలు నిర్వహించారు. కాల్వ కోనేటి ఆంజనేయ స్వామి దేవాలయంలో వీరబ్రహ్మేంద్ర స్వామి 8వ తరం ముని మనుమడు వీరంభట్లయ్య స్వామివారికి ప్రత్యేక పూజలు చేశారు. ఓర్వకల్లులోని ఆంజనేయ స్వామి ఆలయంలో తిరుమల తిరుపతి దేవస్థానం ఆధ్వర్యంలో హనుమత్ జయంతి వేడుకలను ఘనంగా నిర్వహించారు. హుసేనాపురం అభయాంజనేయస్వామి దేవాలయంలో పురోహితులు జంద్యాల మనోహర్‌శర్మ ఆధ్వర్యంలో స్వామివారికి ఆకుపూజ, వడమాలపూజ, అష్టోత్తరపూజ, హనుమాన్ చాలీషా పారాయణం చేశారు. కాల్వ కోనేటి ఆంజనేయస్వామి దేవస్థానంలో ఉదయం స్వాముల వారికి ఆలయ ప్రధాన అర్చకులు మధురాజ ఆధ్వర్యంలో సప్తనదీ జలాలతో అభిషేకం, ఆకుపూజ, పుష్పాలంకరణసేవ, సింధూర పూజ, పంచామృతాభిషేకం అనంతరం భక్తులకు అన్న ప్రసాద వితరణ చేశారు. మన్యుసూక్త పారాయణం తేనెతో అభిషేకం, లక్ష్మిగణపతి, సుదర్శన, మృత్యుంజయ, ఏకాదశ మన్యుసూక్త హోమాలు జరిపించారు.

**పాణ్యం:** మండలంలో ఆయా గ్రామాల్లో ఆంజనేయ స్వామి ఆలయాలు, విగ్రహాల వద్ద భక్తులు స్వామి వారికి తులసి మాల, మల్లె మాల, పిండి వంటల మాలతో అలంకరించారు. అలాగే స్వామి వారికి ఇష్టమైన వడపప్పు, పిండి వంటలు తయారు చేసి నైవేద్యంగా సమర్పించారు. పాణ్యంలోని ఆంజనేయ స్వామి ఆలయం వద్ద దేవదాయ శాఖ ఆధ్వర్యంలో స్వామివారికి అభిషేకాలు, అర్చనలు, పానపందెరం నిర్వహించారు. దొంగు వద్ద ఉన్న హనుమాన్ విగ్రహం వద్ద భక్తులు భారీగా తరలివచ్చి పూజలు చేశారు. స్వామి వారికి తమలపాకుల మాల సమర్పించి పూజలు చేశారు. తమ్మరాజుపల్లె గ్రామంలో సిమెంట్ నగర్ రోడ్‌లో ఉన్న ఆంజనేయ స్వామికి నిర్వాహకులు విశిష్ట పూజలు చేశారు. స్వామి వారికి వడ మాల, తులసి మాల వేసి మొక్కులు తీర్చుకున్నారు. భజన కార్యక్రమాలు నిర్వహించి, భక్తులకు అన్నదానం చేశారు. భూపనపాడు–కొణిదేడు గ్రామాల మధ్య ఉన్న రాంపల్లి ఆంజనేయ స్వామి ఆలయంలో వేడుకలు ఘనంగా జరిపారు. అలాగే కొండజుటూరు, కొచ్చెరువు హనుమాన్ ఆలయాల్లో ప్రత్యేక పూజలు నిర్వహించారు.

**సి.బెళగల్:** మండల కేంద్రంలోని పడమటి బీసీ కాలనీలో కొలువైన ఆంజనేయ స్వామి (కోదండ రాముడి) ఆలయంలో ఆదివారం శ్రీ హనుమాన్ జయంతి వేడుకలు వైభవంగా జరిగాయి. ఉదయాన్నే వేదపండితులు మధ్వాచార్యులు, అర్చకులు సుదర్శణమాచార్యులు, పూజారులు రంగయ్యలు, హనుమంతయ్య స్వామివారికి ప్రత్యేక పూజా కార్యక్రమాలను నిర్వహించారు. గ్రామ పెద్ద, హైకోర్టు న్యాయవాది సీబీ రామోహన్‌రెడ్డి ఆధ్వర్యంలో గ్రామస్తులు హోమాలు, అభిషేకాలను నిర్వహించి, ప్రసాద నైవేద్యాలను భక్తులకు పంచిపెట్టారు. స్వామివారి ఉత్సవ విగ్రహాన్ని పల్లకీలో ఉంచి గ్రామ పురవీధుల్లో ఊరేగించారు.

**కల్లూరు:** హనుమాన్ జయంతి వేడుకలు ఆదివారం కల్లూరు పట్టణ పరిధిలోని ముజఫర్‌నగర్, గోవర్ధన్ నగర్, పందిపాడులో పంచముఖి ఆంజనేయ స్వామి, శ్రీ ఆంజనేయ స్వామి దేవాలయాల్లో ఆలయ కమిటీ నిర్వాహకుల ఆధ్వర్యంలో వైభవంగా జరిగాయి. ఆయా కాలనీల్లో భక్తులు పెద్ద సంఖ్యల్లో పాల్గొని మొక్కులు చెల్లించారు. భక్తులు హనుమాన్ చాలీసా పఠించారు.


సి.బెళగల్‌లో ప్రత్యేక అలంకరణలో ఆంజనేయ స్వామి ఉత్సవమూర్తి